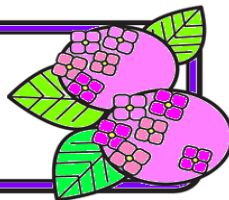




本日の給食



平成29年7月3日(土)
二十四節気^⑫夏至(げし)
~7月6日まで



1-2歳児

- ☆サバの白だし煮
- ☆きゅうりとカニカマの酢の物
- ☆ひじき煮
- ☆しめじの味噌汁



- 第1群 筋肉や骨を作る【魚・肉・卵・大豆製品】
- 第2群 骨と歯を作る【牛乳・乳製品・海藻・小魚】

赤のお皿

サバ、カニカマ、うすあげ
ひじき、味噌

- 第3群 皮膚・粘膜の保護【緑黄色野菜】
- 第4群 体の調子を整える【淡色野菜】

緑のお皿

玉ねぎ、人参、しめじ、きゅうり

- 第5群 体を動かすエネルギー源【穀類・芋類・糖分】
- 第6群 力や体温となる【油脂類・多脂肪食品】

黄のお皿

米

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる
(味噌汁・野菜入ブ・中華入ブ)

白のお皿

かつお、こんぶ